TORRE
Die natürlich-Apotheken

Kompetenzboard

Titel: Entsäuerung bei Niereninsuffizienz Stadium 3a

Fallnummer: 41

Datum: 13.11.2026

Anfrage:

Eine Kundin mit eingeschränkter Nierenfunktion (GFR 49 ml/min) möchte entsäuern und entgiften.

Diagnosen / Medikation:

- Rheumatoide Arthritis
- Hydroxychloroquin (DMARD-Therapie)

Fragen:

- Darf bei dieser Konstellation überhaupt entsäuert werden?
- Welche Besonderheiten sind zu beachten?
- Welches Bindemittel wäre geeignet (Froximun Toxaprevent oder Chlorella)?

Antwort:

Hier die Antwort unseres pharmazeutischen Teams:

Eine GFR von knapp 50 ml/min (Norm 90–120 ml/min) entspricht einer etwa **50%igen Reduktion der Nierenausscheidungskapazität** und einem **Stadium 3a der Niereninsuffizienz**.

Zusätzlich liegt eine **Autoimmunerkrankung (rheumatoide Arthritis)** mit DMARD-Therapie (Hydroxychloroquin) vor.

1. Basismaßnahmen vor jeder weiteren Intervention

Eine Bestimmung des **Vitamin-D-Spiegels** wird als Grundlage vermisst.
Eine personalisierte Vitamin-D-Gabe erscheint sinnvoll, wahrscheinlich im Bereich von **1500–2000 I.E. täglich**, gestützt durch Messungen im Frühjahr und Herbst.

Ferner sollte aufgrund der antientzündlichen Wirkung eine Gabe von **Omega-3-Fettsäuren (1500–2000 mg täglich)**erwogen werden, kombiniert mit einer antiinflammatorischen Ernährung:

- kein Schweinefleisch für 6 Monate
- ca. 30 g Ballaststoffe täglich
- ggf. Gewichtsreduktion um 5–10 % des Körpergewichts

Erst nach Reduktion der Entzündungsparameter (CRP?, CCP-AK?) kann an weitere Maßnahmen gedacht werden („Bild des glühenden Ofens“ in der Regulationspharmazie).

2. Entsäuerung

Nach Bestimmung von **Natrium, Kalium, Magnesium, Calcium und Phosphat** kann an eine moderate Magnesiumcitrat-Gabe gedacht werden:

- **200–250 mg Magnesium als Citrat**

Kein Calcium ohne Bestimmung und bekannten Vitamin-D-Spiegel (30–40 ng/ml).

3. Klassische Entgiftungsmaßnahmen

Bei eingeschränkter Nierenfunktion, Autoimmunerkrankung und DMARD-Therapie werden **keine klassischen Entgiftungsmaßnahmen** empfohlen:

- weder Phönix
- noch Chlorella
- noch Froximun

Chlorella und Froximun könnten durch Bindung des Arzneimittels zu Therapieversagen führen.

4. Alternative Unterstützung

Empfohlen wird stattdessen – mindestens 2 Stunden getrennt vom Arzneimittel – ein **Präbiotikum** wie hydrolisiertes Guarkernmehl zur Stabilisierung der Mikrobiota.

Bei zusätzlichen Leberproblemen ggf. ein **Probiotikum mit 10–15 × 10^{1}? KBE**, z. B. Omnibiotic Hetox, als Unterstützung der Darm-Leber-Achse und des Darmmikrobioms.

5. Basentherapie

Basentherapie nach Elektrolytkontrolle und Vitamin-D-Spiegel:

- 2 × 130 mg Magnesiumcitrat
- zusätzlich Basenbad als Vollbad oder aufsteigendes Fußbad möglich

Hinweis: Unsere Empfehlungen basieren auf bestem Wissen und Gewissen sowie auf den Inhalten der regulationspharmazeutischen Ausbildung bei TORRE. Sie dienen der Unterstützung Ihrer pharmazeutischen Beratung und ersetzen keine ärztliche Diagnose oder Therapie. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben keine Haftung für die Umsetzung übernehmen können.